

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

۱۴۱۳۳۳۳۳
۱۴۱۳۳۳۳۳

ازدواج موفق و خانواده سالم، چگونه؟

پیشینه:

دکتر احمد به پژوه

(استاد روان شناسی دانشگاه تهران)



۱۳۹۴

سرشناسه	به پژوه، احمد، ۱۳۳۷ -
عنوان و نام پدیدآور	ازدواج موفق و خانواده سالم، چگونه؟ / تألیف احمد به پژوه.
مشخصات نشر	تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان، ۱۳۸۸.
مشخصات ظاهری	۱۵۹ ص.
فروست	انتشارات انجمن اولیا و مربیان؛ ۲۳۲.
شابک	978-964-451-252-0
وضعیت فهرست نویسی	فایا (برون سپاری).
یادداشت	ص.ع. به انگلیسی: Ahmad Beh- Pajoooh. Successful marriage and healthy family, how?
یادداشت	کتابنامه
موضوع	خانواده پژوهی
موضوع	همسرگزینی
موضوع	زن و شوهر
شماره افزوده	انجمن اولیا و مربیان جمهوری اسلامی ایران: انتشارات ***
رده بندی کنگره	۱۳۸۸ ب ۸۴۶ الف ۷۴۳/۴ HQ۷۴۳/۴
رده بندی دیو	۳۰۶/۸۵
شماره کتابخانه ملی	۱۶۰۲۴۸۲



انتشارات انجمن اولیا و مربیان

شماره انتشارات: ۲۳۲

ازدواج موفق و خانواده سالم، چگونه؟

نویسنده: دکتر احمد به پژوه (استاد روانشناسی، دانشگاه تهران)

آماده سازی: اداره آموزش اولیا

طراح: طاهره حسن زاده

امور چاپ و توزیع: مدیریت اداری و مالی

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۴۵۱-۲۵۲-۰

چاپ چهارم: پاییز ۱۳۹۴

قیمت: ۱۰۰,۰۰۰ ریال

تیراژ: ۳۰۰۰ جلد

چاپ و صحافی: آژاده

کلیه حقوق محفوظ است

تهران: خیابان سپهبد قرنی، نبش خیابان سمیه، وزارت آموزش و پرورش ساختمان

زنده یاد علاقمندان، طبقه دهم، انجمن اولیا و مربیان

فروشگاه مرکزی: خیابان قدس، ابتدای خیابان طالقانی، شماره ۴۳۳

نمابر: ۸۸۹۵۸۱۹۰

تلفن: ۸۸۹۵۸۱۷۹

Email: payvand@medu.ir

webSite: payvand.medu.ir

فهرست مطالب



۱۱.....	سخن ناشر.....
۱۳.....	پیش گفتار.....
۱۷.....	فصل اول: عوامل مؤثر در ازدواج موفق: پیش از ازدواج.....
۱۷.....	چند سؤال.....
۱۸.....	پیش در آمد.....
۱۸.....	ازدواج چیست؟.....
۲۱.....	جلوه‌هایی از ازدواج‌های ناموفق.....
۲۲.....	خودشناسی و دیگر شناسی.....
۲۳.....	هدف‌شناسی.....
۲۴.....	ضرورت شناخت و آگاهی.....
۲۴.....	ایجاد تعادل بین احساس و استدلال.....
۲۵.....	خصلت‌های اخلاقی.....
۲۵.....	تناسب اعتقادی و مذهبی.....
۲۶.....	تناسب سنی.....
۲۷.....	تناسب ظاهری و جسمی.....
۲۷.....	تناسب خانوادگی.....
۲۸.....	تناسب فرهنگی و اجتماعی.....
۲۸.....	تناسب اقتصادی.....
۲۹.....	تناسب تحصیلی و علمی.....
۲۹.....	تناسب هوشی.....
۳۰.....	تناسب در رغبت‌ها و علایق.....
۳۰.....	عامل جغرافیایی.....
۳۰.....	نقش مسکن در ازدواج موفق.....
۳۱.....	اصل توکل.....
۳۱.....	ضرورت آموزش و مشاوره پیش از ازدواج.....
۳۲.....	چند توصیه به جوانان در آستانه ازدواج.....

چند پیشنهاد به مسئولان و برنامه‌ریزان ۳۲

نیایش ۳۳

• نمودار عوامل مؤثر در ازدواج موفق ۳۴

منابع ۳۵

فصل دوم: اصول موفقیت در ازدواج ۳۷

چند سؤال ۳۷

پیش‌رامد ۳۸

اصل دلبستگی ۳۹

اصل آشنایی و روان‌شناسی زن و مرد ۳۹

اصل برقراری ارتباط عاطفی و کلامی ۴۰

اصل ضرورت ارزیابی رابطه با همسر ۴۰

اصل شناسایی علت‌ها و عوامل ۴۱

اصل یادگیری روش‌های حل مسئله ۴۲

اصل تعدیل انتظارات با توان‌های همسر ۴۳

اصل ابراز محبت ۴۴

اصل حفظ آراستگی ظاهر ۴۵

اصل توجه به نیازهای همه جانبه همسر ۴۵

اصل پیشگیری از سوء ارتباطات و سوء تفاهات ۴۶

اصل عفو و گذشت ۴۶

اصل توجه به تفاوت‌ها و شباهت‌های فردی ۴۷

اصل مسئولیت‌پذیری ۴۷

اصل تعهد و وفاداری ۴۷

اصل برخورد مثبت و مثبت‌نگری ۴۷

اصل تأثیرپذیری ۴۸

اصل عقل‌سالاری و عدم سلطه‌گری ۴۸

اصل احترام متقابل ۴۹

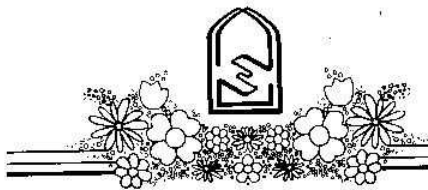
اصل تشویق و قدردانی ۴۹

۴۹	اصل پرهیز از برچسب زدن
۴۹	اصل پرهیز از تمسخر کردن
۵۰	اصل پرهیز از سوءظن و بدبینی
۵۰	سخن آخر
۵۱	منابع
۵۲	• پرسش‌نامه خودارزیابی: اصول برقراری رابطه انسانی با همسر
۵۴	• پیام فردان به پدران و مادران: دوستان دارم و دوستم باشید
۵۵	فصل سوم: آسیب‌شناسی خانواده
۵۵	چند سؤال
۵۶	پیش درآمد
۵۶	آسیب‌شناسی چیست؟
۵۷	آسیب‌شناسی خانواده چیست؟
۵۹	چه عواملی سلامت خانواده را تهدید می‌کنند؟
۵۹	۱. عدم شناخت و آگاهی به اصول زندگی مشترک
۶۰	۲. سست شدن باورهای مذهبی
۶۱	۳. عدم صداقت، فریبکاری و پنهان کاری
۶۲	۴. عدم توجه به نیازهای همسر
۶۳	۵. ابهام و افراط در انتظارات
۶۳	۶. دخالت دیگران
۶۴	۷. مسائل اقتصادی و مالی
۶۵	۸. موانع فرهنگی و طبقاتی
۶۶	۹. هوس‌رانی و چند همسری
۶۶	۱۰. سوءتفاهم و سوءارتباط
۶۶	۱۱. انتقام‌گیری و بهانه‌جویی
۶۷	۱۲. سلطه‌گری شوهر یا زن
۶۷	۱۳. بی‌نظمی و عدم مسئولیت در آمدن به خانه
۶۸	۱۴. عدم توجه به امور خانه و خانواده
۶۸	۱۵. عدم فرزند آوری و نازایی
۶۹	۱۶. ناتوانی‌های جنسی

- عوامل تهدیدکننده دیگر..... ۷۰
- منابع..... ۷۲
- فصل چهارم: آسیب شناسی خانواده در عصر جهانی شدن**..... ۷۳
- چند سؤال..... ۷۳
- پیش در آمد..... ۷۳
- جهانی شدن چیست؟..... ۷۵
- آسیب شناسی خانواده چیست؟..... ۷۷
- جهانی شدن چگونه سلامت خانواده را تهدید می کند؟..... ۷۹
- جهانی شدن نهی، "تراجم فرهنگی" است..... ۸۰
- جهانی شدن موجب احساس ناامنی فرهنگی می شود..... ۸۱
- بحران هویت و محرومیت چندگانه در خانواده..... ۸۱
- افراط و تفریط در ختنه زنان و زنان..... ۸۲
- افراط و تفریط در انتظارها..... ۸۲
- هسته ای شدن خانواده ها..... ۸۳
- مهاجرت خانواده های جوان..... ۸۳
- ارتباط آزاد..... ۸۴
- طلاق..... ۸۴
- نادیده گرفتن تفاوت های فرهنگی..... ۸۵
- جدال بازجویی اصل و جدایی از اصالت..... ۸۵
- دگرگونی در روش های صرف اوقات فراغت..... ۸۶
- ایجاد شک و تردید در ارزش ها و باورها..... ۸۶
- دگرگونی در سبک زندگی خانوادگی..... ۸۷
- جمع بندی..... ۸۸
- نیایش..... ۹۰
- منابع..... ۹۱
- فصل پنجم: توصیه هایی برای پیشگیری از ستیزه های خانوادگی**..... ۹۳
- چند سؤال..... ۹۳
- پیش در آمد..... ۹۴

۹۴	۱. برقراری رابطهٔ انسانی.....
۹۵	۲. آشنایی با آئین همسررداری.....
۹۶	۳. مشخص کردن هدف‌های ازدواج و تشکیل خانواده.....
۹۶	۴. مشخص کردن انتظارها.....
۹۷	۵. عشق ورزیدن و دوست داشتن همسر.....
۹۸	۶. اغماض، گذشت و انعطاف‌پذیری.....
۹۹	۷. انتقادپذیری.....
۱۰۰	۸. خطاپذیری.....
۱۰۰	۹. احساس مسئولیت فردی و خانوادگی.....
۱۰۱	۱۰. ضرورت مشاوره.....
۱۰۱	توصیه‌های دیگر.....
۱۰۳	سخن آخر.....
۱۰۴	منابع.....
۱۰۵	فصل ششم: خانوادهٔ سالم و جذاب، فرماندار به نماز
۱۰۵	چند سؤال.....
۱۰۵	پیش درآمد.....
۱۰۶	۱- گفتن اذان و اقامه در گوش‌های نوزاد.....
۱۰۷	۲- برداشتن کام نوزاد با تربت مطهر حضرت امام حسین (ع).....
۱۰۷	۳- با وضو شیر دادن به نوزاد.....
۱۰۸	۴- نام نیکو نهادن.....
۱۰۸	۵- کوتاه کردن نماز.....
۱۰۹	۶- شیر دادن نوزاد هنگام نماز.....
۱۰۹	۷- نماز خواندن در حضور کودک.....
۱۱۰	۸- بردن کودک به مسجد و شرکت دادن او در نماز جماعت.....
۱۱۰	۹- بیان قصه‌های جذاب دربارهٔ نماز.....
۱۱۰	۱۰- معرفی شخصیت‌های تأثیرگذار.....
۱۱۱	۱۱- رعایت اصل تدریج در آموزش نماز.....
۱۱۲	۱۲- آموزش نماز همراه با بازی.....
۱۱۲	۱۳- فضاسازی مناسب و جالب برای اقامه نماز.....

۱۱۳.....	۱۴- توجه دادن همراه با محبت برای اقامه نماز.....
۱۱۳.....	۱۵- دعوت کودکان به عنوان مکبر و نوجوانان برای گفتن اذان.....
۱۱۴.....	۱۶- اختصاص دادن محل خاص برای اقامه نماز.....
۱۱۴.....	۱۷- برقراری دوستی با کودکان و نوجوانان نمازخوان.....
۱۱۴.....	۱۸- پرهیز از زور و وادار کردن کودک به نماز خواندن.....
۱۱۶.....	۱۹- پرهیز از سخت گیری در نماز خواندن.....
۱۱۶.....	۲۰- پرهیز از سستی والدین در اقامه نماز.....
۱۱۷.....	۲۱- پرهیز از نامنظم بودن وضع ظاهری هنگام اقامه نماز.....
۱۱۷.....	نیایش.....
۱۱۹.....	منابع.....
۱۲۱.....	فصل هفتم: خانواده سالم و مدیریت زمان
۱۲۱.....	چند سؤال.....
۱۲۲.....	پیش در آمد.....
۱۲۴.....	هفتاد رهنمود مهم درباره مدیریت زمان در خانواده سالم.....
۱۳۵.....	منابع.....
۱۳۶.....	• نمودار عوامل موثر در بالندگی، شکوفایی و استحکام خانواده.....
۱۳۷.....	فصل هشتم: خانواده سالم و فرهنگ کتابخوانی
۱۳۷.....	چند سؤال.....
۱۳۷.....	پیش در آمد.....
۱۳۸.....	جایگاه کتاب و کتابخوانی در خانواده و جامعه.....
۱۴۲.....	ضرورت و اهمیت مطالعه و کتابخوانی.....
۱۴۴.....	پانزده رهنمود مهم درباره مطالعه مفیدتر و اثر بخش تر.....
۱۴۹.....	چند توصیه مهم به مادران و پدران درباره ترویج فرهنگ کتابخوانی.....
۱۵۱.....	سخن آخر.....
۱۵۲.....	نیایش.....
۱۵۳.....	منابع.....
۱۵۵.....	فهرست برخی از آثار دکتر احمد به پژوه



ازدواج و تشکیل خانواده، یکی از نیازهای مهمی است که هر انسانی برای تداوم زندگی خود نیازمند انجام و پایبندی به آن است. خداوند متعال زن و مرد را برای یکدیگر آفرید تا زینت هم باشند. بنابراین تفکری که مدعی است زن برای مرد آفریده شده از نظر قرآن مردود می‌باشد، بلکه زن و مرد برای هم آفریده شده‌اند. «... هُنَّ لِبَاسٌ لَّكُمْ وَأَنْتُمْ لِبَاسٌ لَّهِنَّ...» زنان زینت و عفت شما هستند و شما نیز زینت و عفت آنان هستید.^۱

همچنین، خداوند متعال از تن آفریدن بر جنبه آرامش زن و مرد برای یکدیگر فرموده است:

«هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَجَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا لِيَسْكُنَ...» اوست خدایی که همه شما را از یک تن آفرید و از او نیز جفت را مقرر داشت تا با او انس و آرام گیرد...^۲

«ازدواجی موفق است» و «خانواده‌ای سالم خواهد بود» نه مرد و نه زن تلاش کنند در همه عرصه‌های زندگی با هم تعامل کافی داشته باشند، یکدیگر را بدانند، احترام متقابل را فراموش نکنند، گذشت داشته باشند، خوش خلقی و وفای به عهد را سرلوحه کار خویش قرار دهند، برای سرپنداری خود و فرزندان‌شان بکوشند، به تأمین آرامش و امنیت خانواده و تعلیم و تربیت کودکان اهمیت بدهند، با هم مهربان و صمیمی باشند، تعارض با یکدیگر را کنار بگذارند و برای آموزش و تربیت درست فرزندان خویش دغدغه داشته باشند.

۱- سوره بقره، آیه ۱۸۷

۲- سوره اعراف، آیه ۱۸۹

حضرت علی (ع) می‌فرماید:

«أَحَقُّ النَّاسِ أَنْ يُؤْنَسَ بِهِ الْوَدُودُ الْمَأْلُوفُ؛ شایسته‌ترین مردم برای آنس و آلت و همدمی کسی است که بسیار مهربان و آنس گیرنده باشد.»^۱

اگر زن و مرد در زندگی خود به یکدیگر احترام بگذارند، تفاهم داشته باشند، نسبت به خود و فرزندان خویش مهر بورزند و همگام و همراه با هم در جهت اعتلای فرهنگ خانواده گام بردارند، خانواده سالمی خواهند داشت.

به استناد آیه شریفه قرآن، «... وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَ رَحْمَةً...» و میان شما رأفت و مهربانی برقرار فرمود...^۲، انس و الفت اعضای یک خانواده در جهت ارتباط و پیوند مستحکم بین خود تلاش نکنند و از محبت و دوستی با یکدیگر غفلت کنند، خانواده سالمی نخواهند داشت. توجه همه اعضای خانواده نسبت به هم و ارتباط و پیوند آنان با یکدیگر بنیان خانواده‌ها را مستحکم و غیرقابل خدشه می‌سازد و موفقیت، پیروزی، سربلندی و سلامت و سعادت همه اعضا را سبب خواهد شد.

در این کتاب طی هشت فصل آن دسته از عواملی که در «ازدواج موفق» و «تشکیل خانواده سالم» نقش دارند، به بحث علمی و کاربردی مطرح گردیده است. به همین دلیل محتوای کتاب به عنوان یک منبع مطالعاتی برای همه اولیا، مربیان، برنامه‌ریزان و همچنین همه کسانی که به تشکیل یک «خانواده سالم» و انجام یک «ازدواج موفق» می‌اندیشند، مفید و خواندن آن بسیار تأثیرگذار می‌باشد.

انتشارات انجمن اولیا و مربیان

۱ ترجمه و شرح غررالحکم موضوعی، ج ۱، سید هاشم محلاتی، شماره ۱/۷۱۵، تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی، هشتم، ۱۳۸۵.

۲- سورة روم، آیه ۲۱.



در اسلام، هیچ چیز نزد خدا محبوب‌تر از خانه‌ای که با ازدواج آباد شود، نیست.
«رسول اکرم (ص)»

با شکر و سپاس بی‌منتها و حمد و ثنای بی‌پایان به درگاه حضرت حق که ما را به عنوان انسانی به زیباترین صورت آفریده است و با سلام و درود به محضر پیامبر اسلام حضرت محمد مصطفی (ص) و ائمه معصومین صلوات الله علیهم اجمعین و تقدیم بهترین سلام و درودها به ارواح طیبه شهدای انقلاب اسلامی و روح پرفروش امام خمینی (ره)، سالی که است که بی‌شک خانواده، نخستین و مهم‌ترین آموزشگاه و پرورشگاه انسان به شمار می‌آید. یکی از نهادهای اصلی و مقدس هر جامعه است. این خانواده است که فرایند شدن انسان را از قوه به فعل فراهم می‌کند و تسهیل می‌سازد.

نقطه آغازین شکل‌گیری نهاد مقدس خانواده، ازدواج است. ازدواج، یک سنت الهی است و پاسخی فطری و منطقی به یک نیاز است. ازدواج یک خواست طبیعی، زیستی و روانی برای زن و مرد است که در چارچوب یک قرارداد حقوقی و شرعی صورت می‌پذیرد. تشکیل خانواده برای هر جوان در سن ازدواج مرحله‌ای فرایند رشد و تکامل محسوب گردیده و یک تصمیم پیچیده و سرزنش‌ساز به شمار می‌آید. انسان در طول زندگی خود ناچار به اتخاذ تصمیماتی مهم و انتخاب‌های دشوار و نوشتن ساز می‌باشد که سعادت و نیک بختی حال و آینده او در گرو درستی تصمیم و انتخاب او است که از جمله آنها انتخاب همسر است. اندیشمندان بر این باورند که مهم‌ترین واقعه در طول زندگی انسان‌ها ازدواج و حساس‌ترین و دقیق‌ترین انتخاب هر فرد در طول زندگی، انتخاب همسر می‌باشد.

خانواده، واحد بنیادین جامعه و کانون اصلی رشد و تعالی انسان است و توافق عقیدتی و آرمانی در تشکیل خانواده که زمینه ساز اصلی حرکت تکاملی و رشد یابنده

انسان است، اصلی اساسی بوده و فراهم کردن امکانات جهت نیل به این مقصود از وظایف حکومت اسلامی است.^۱

به اعتقاد اینجانب محیط مناسب پس از یک زمینه مناسب وراثتی، مهم‌ترین و ضروری‌ترین نیاز برای رشد و تعالی یک انسان محسوب می‌شود و از این نظر خانواده، حیاتی‌ترین نقش را به عهده دارد. اکنون این سؤال‌ها مطرح می‌شود:

• آیا برای ازدواج و تشکیل خانواده، مطالعه، مشورت و مشاوره با افراد مجرب و صاحب نظر ضروری نمی‌باشد؟

• آیا برای انتخاب همسر کسب آمادگی‌ها، آگاهی‌ها و دانایی‌های مربوط، ضروری نمی‌باشد؟

• آیا برای موفقیت در زدهاج و داشتن یک خانواده سالم، اطلاع از معیارها و شیوه صحیح انتخاب همسر ضروری نمی‌باشد؟

از این رو، در این کتاب تلاش شده است با زبانی ساده و کاربردی به این گونه سؤال‌ها و نیازهای جوانان در آستانه ازدواج و همسران جوان پاسخ داده شود. کتاب حاضر در هشت فصل به شرح زیر تنظیم شده است:

در فصل اول، عوامل مؤثر در ازدواج موفق: پیش از ازدواج مورد بررسی قرار گرفته است. هر زن و مردی که تصمیم به ازدواج دارند، باید دارای ویژگی‌ها و شرایطی باشند و تناسب‌هایی را رعایت کنند که در این فصل به آنها پرداخته شده است. در پایان این فصل در یک نمودار به اختصار شانزده عامل مؤثر در ازدواج موفق معرفی شده است.

فصل دوم، به اصول موفقیت در ازدواج اختصاص دارد. پس از ارائه بیست‌وسه اصل مهم برای موفقیت در ازدواج، در انتهای این فصل یک پرسش‌نامه خودارزیابی اصول برقراری رابطه انسانی با همسر تهیه و تدوین شده است. به زوجین توصیه

می‌شود به منظور ارزیابی روابط خود به تکمیل و بررسی این پرسش‌نامه بپردازند. نظر به این که «گل‌ها مشکلی ندارند؛ باغبان‌ها، اشکال دارند»، در پایان این فصل نیز «پیام فرزندان به پدران و مادران» تحت عنوان «دوستان دارم و دوستم باشید» ارائه شده است.

در فصل سوم، آسیب‌شناسی خانواده مورد بحث قرار گرفته و سعی شده است عواملی که سلامت خانواده را تهدید می‌کنند، مورد شناسایی واقع شوند. پس از توضیح دربارهٔ آسیب‌شناسی و آسیب‌شناسی خانواده، شانزده عامل مهمی که سلامت خانواده را تهدید می‌کنند، تشریح شده است و در ادامهٔ فصل سوم بیست‌و‌چهار عامل تهدید کنندهٔ سلامت خانواده به اختصار معرفی شده‌اند.

فصل چهارم، نگاهی به آسیب‌شناسی خانواده در عصر جهانی شدن دارد. در این فصل سعی شده است به این سؤال مهم پاسخ داده شود که در عصر جهانی شدن چگونه می‌شود یک خانوادهٔ سالم و باثبات داشت و کانون خانواده را از افت‌ها و آسیب‌های گوناگون مصون نگه داشت؟ در این فصل نیز پس از بحث پیرامون جهانی شدن چیست؟ و جهانی شدن چگونه سلامت خانواده را تهدید می‌کند؟، ضمن معرفی چهارده عامل مهم تهدیدکننده، در جمع‌بندی این فصل، توصیه‌هایی برای استحکام خانواده ارائه شده است.

در فصل پنجم، تحت عنوان: توصیه‌هایی برای پیشگیری از ستیزه‌های خانوادگی، چندین توصیه مهم ارائه شده است.

در فصل ششم، به موضوع مهم و ارزشمند، خانوادهٔ سالم و جذب فرزندان به نماز پرداخته شده است. در این فصل بیست‌و‌یک راهکار مهم زمینه‌ساز برای جذب فرزندان به نماز در خانواده مورد تأکید قرار گرفته است.

فصل هفتم، برای نخستین بار به خانوادهٔ سالم و مدیریت زمان، اختصاص داده شده و هفتاد رهنمود مهم دربارهٔ مدیریت زمان در خانواده ارائه شده است. شایان ذکر است که در پایان این فصل، نمودار عوامل مؤثر در بالندگی، شکوفایی و استحکام خانواده افزوده شده است. خواهشمند است به این نمودار مراجعه کنید و خانوادهٔ خود را مورد ارزیابی قرار دهید.

در فصل هشتم، به یکی دیگر از کارکردهای فرهنگی خانواده، یعنی خانواده سالم و فرهنگ کتابخوانی، پرداخته شده است. بی شک خانواده، مهم‌ترین خاستگاه شکل‌گیری فرهنگ کتابخوانی است و پس از بحث پیرامون جایگاه کتاب و کتابخوانی در خانواده و جامعه، ضرورت و اهمیت مطالعه و کتابخوانی، پانزده رهنمود مهم درباره مطالعه اثر بخش‌تر و مفیدتر ارائه شده است. سرانجام چند توصیه مهم به مادران و پدران درباره ترویج فرهنگ کتابخوانی، پایان بخش این فصل است. در کتاب ازدواج موفق و خانواده سالم، چگونه؟ می‌توان به عنوان کتاب درسی و کمک درسی برای تدریس در دوره‌های کارشناسی و کارشناسی ارشد مطالعات خانواده، مشاوره، علم تربیتی و روان‌شناسی و دوره‌های آموزش خانواده، به‌ویژه به‌منظور آموزش جوانان در آستانه ازدواج و خانواده‌های جوان استفاده کرد.

در هر حال امروز کتاب حاضر بتواند در جهت رشد و بالندگی جوانان در آستانه ازدواج و همسران جوان سودمند افتد و مدرسان آموزش خانواده و کارشناسان رشته‌های روان‌شناسی، علم تربیتی، مشاوره و مطالعات خانواده بهره لازم را از آن ببرند.

در پایان، متواضعانه از استدلال و صاحب نظران محترم استدعا می‌شود از ارائه هرگونه نظر و پیشنهادی که محتوای کتاب حاضر را غنی‌تر سازد، دریغ نفرمایند و اینجانب را رهین منت خود قرار دهند.

در اینجا شایسته است از همسر عزیزم و فرزندان دلبندم که با شکیبایی و دلسوزی شرایط مساعدی در خانه و خانواده ایجاد کرده‌اند صادقانه تشکر کنم و از خانم‌ها سحر دیانتی، آتوسا محمدی و مونا نوروزآذر که در حروف پبینی کتاب قبول زحمت کرده‌اند نیز صمیمانه سپاسگزاری نمایم.

دکتر احمد به‌پژوه

دانشیار روان‌شناسی دانشگاه تهران*

* نشانی: تهران، بزرگراه جلال آل احمد، اول کوی نصر، صندوق پستی ۶۴۵۶-۱۴۱۵۵

دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران.